ที่ระลึก
ในงานฌาปนกิจศพ

นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล

วันจันทร์ที่ ๕ มีนาคม ๒๕๕๐

แรม ๒ ค่ำ เดือน ๔ ปีกุล

ณ วัดกะพังสุรินทร์ ต.ทับเที่ยง อ.เมือง จ.ตรัง

ที่ระลึกในงานฌาปนกิจศพ

นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล

ณ วัดกะพังสุรินทร์

ต.ทับเที่ยง อ.เมือง จ.ตรัง

วันจันทร์ ที่ ๕ มีนาคม ๒๕๕๐



วันจันทร์ ที่ ๒ กรกฎาคม ๒๔๗๗ – วันพฤหัสบดี ที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๐



สำนึกในพระกรุณาธิคุณ

ตามที่ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ ได้ประทานน้ำอาบศพ และพวงมาลาวางหน้าหีบศพแก่ นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล เมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2550 ทายาท บุตร รู้สึกทราบซึ้งและสำนึกในพระกรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ ทั้งนี้หาก นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล มีญาณวิถีใดที่จะหยั่งทราบได้ถึงพระกรุณาธิคุณนี้ ก็คงจะมีความสำนึกและปลาบปลื้มในพระกรุณาธิคุณนั้นอย่างหาที่สุดมิได้

ควรมิควรแล้วแต่จะโปรด

ครอบครัว ว่องวรรณกุล



สำนึกในพระกรุณาธิคุณ

ตามที่ พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา ได้ประทานพวงมาลาวางหน้าหีบศพแก่ นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล เมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2550 ทายาท บุตร รู้สึกทราบซึ้งและสำนึกในพระกรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ ทั้งนี้หาก นางพริ้มเพรา ว่องวรรณกุล มีญาณวิถีใด ที่จะหยั่งทราบได้ถึงพระกรุณาธิคุณนี้ ก็คงจะมีความสำนึกและปลาบปลื้มในพระกรุณาธิคุณนั้นอย่างหาที่สุดมิได้

ควรมิควรแล้วแต่จะโปรด

ครอบครัว ว่องวรรณกุล

ณ วังเทเวศน์

16 กุมภาพันธ์ 2550

คุณพีรพล

พระองค์หญิงได้ส่งถั่วธัญพืชมาให้คุณย่ารับประทานบำรุงกำลังให้ทำดังนี้ค่ะ

1. นำข้าวกล้องแดง, ถั่วสาลี, เมล็ดบัว ล้างซาว นำต้มรวมกันให้เดือด เมื่อเดือดจัด นำข้าวโอ๊ต, ข้าวฟ่าง, ข้าวบาร์เล่ย์ นำลงต้มตามลงไป รอจนเดือดจัดอีกครั้ง
2. นำจมูกข้าว ลงไปต้มตามกันไปจนเดือดจัด ก็นำน้ำข้าวนี้มารับประทานได้

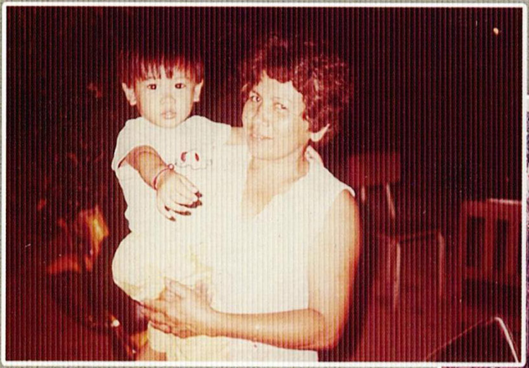
<u>หมายเหตุ</u> ถ้าต้องการน้ำข้าวข้นๆ ก็เคี่ยวต่อไปจนพอกับความต้องการ แต่ถ้าชอบน้ำใส เมื่อต้มทั้ง 3 ข้อเดือดจัดแล้ว ก็ทานได้เลย

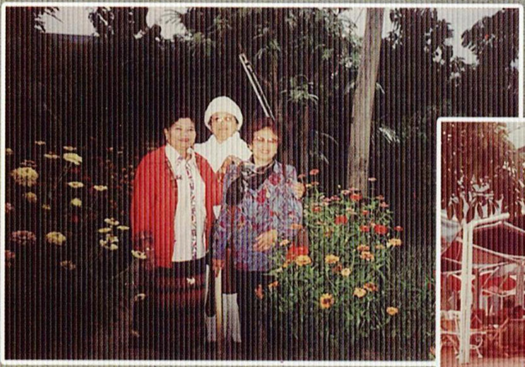
ระยะนี้คุณย่าจะไม่อยากอาหารควรให้ทานทีละน้อยๆ แต่บ่อยครั้งได้ เนื้อสัตว์ต่างๆควรทานให้น้อยลง ทานปลามากๆ และผักปลอดสารพิษ ถ้าหาได้ พวกแครอท หรือน้ำแครอท ดีมากให้ดื่ม เพราะแพทย์ต่างประเทศเขาให้คนไข้มะเร็งรับประทานค่ะ คั้นสดๆ ทาน วิตามินC ที่ละลายน้ำก็ดีค่ะ วันละ 1 ครั้ง ช่วงเช้าหลังอาหาร แต่ถ้าท้องเสียก็ให้หยุดชั่วคราวนะค่ะ และอาหารที่ทำให้งดผงชูรสเด็ดขาด หรือบะหมี่มาม่า เพราะใส่สารกันบูด หรืออาหารกระป๋อง ขอให้เลือกดูอาหารสดรับประทาน ผัก, ผลไม้ มากๆ และน้ำดื่มอย่ามากเกินไป

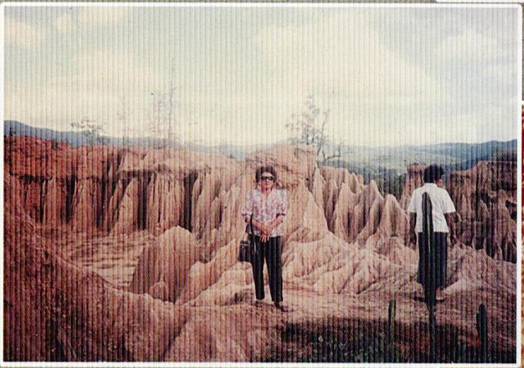
ด้วยความระลึกถึงค่ะ

[signature]

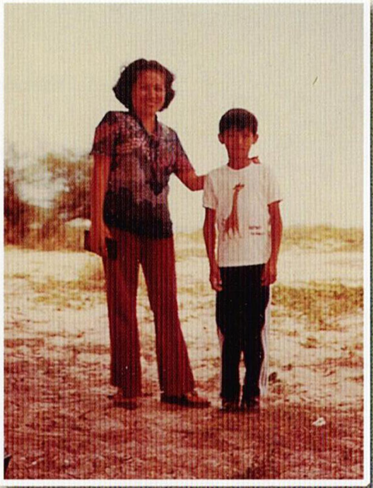
ป.ล. ฝากเยี่ยมคุณย่าด้วยค่ะ ขอให้อาการดีขึ้นนะค่ะ ถ้าไม่เข้าใจอะไรโทรถามผ่านทาง GOLF มาก็ได้ค่ะ <u>อย่าเกรงใจ</u>นะค่ะ



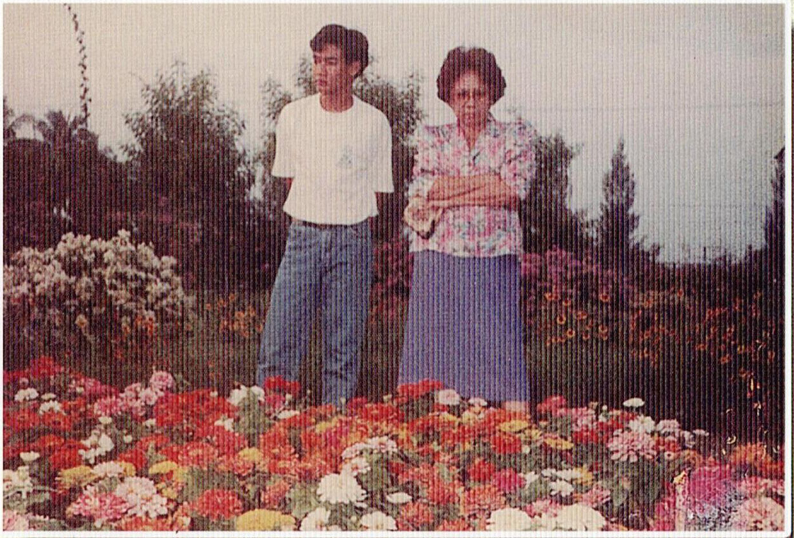
















ประวัติ

นางพริ้มเพรา (โพ้ย) ว่องวรรณกุล

นางพริ้มเพรา (โพ้ย) ว่องวรรณกุล เกิดวันจันทร์ เดือน 8 ปีจอ พ.ศ. 2477 เป็นบุตรคนโตของนายลิ่มจองเตียง และนางผ่อง แซ่ลิ่ม

มีพี่น้องร่วมบิดามารดา 6 คน

1.นางพริ้มเพรา (โพ้ย) ว่องวรรณกุล

2.นายธีระ แซ่ลิ่ม ถึงแก่กรรม

3.นายแก้ว แซ่ลิ่ม ถึงแก่กรรม

4.นายวันดี วัฒนามัย อดีตสาธารณสุข อ.วังวิเศษ จ.ตรัง

5.นายปรีชา แซ่ลิ่ม ถึงแก่กรรม

6.นายวันชัย วัฒนามัย รองผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านควนปริง อ.เมือง จ.ตรัง

สมรสกับนายสัญญา ว่องวรรณกุล มีบุตร 5 คน

1. นายพีระพล ว่องวรรณกุล สมรสกับ นางณัฐศิกาญจน์ (พรทิพย์) มีบุตร 1 คน
2. นายพีระพันธ์ ว่องวรรณกุล สมรสกับ นางกาญจนา มีบุตร 2 คน
3. นายพีระพร ว่องวรรณกุล มีบุตร 1 คน
4. นายพีระพัฒน์ ว่องวรรณกุล
5. นายพีระยุทธ ว่องวรรณกุล สมรสกับ นางฐิตินันท์ มีบุตร 2 คน

พระคุณแม่

แม่ ได้ให้กำเนิดลูกยา แม่ รักษาลูกโตจนเติบใหญ่
แม่ เป็นทุนหนุนให้ลูกเจริญวัย แม่ อวยชัยเผยวจีได้ชี้แจง
แม่ ได้กล่าวคำนำประโยชน์ แม่ ชี้โทษไม่ให้ทำกรรมแสยง
แม่ รักลูกด้วยใจไม่เคลือบแคลง แม่ ดัดแปลงกิริยาวาจาใจ
แม่ เป็นร่มโพธิ์ทองของลูกแก้ว แม่ ผ่องแผ้วปรีดาจะหาไหน
แม่ รักลูกผูกไว้ในหทัย แม่ ตั้งใจให้ดีมีวิชา
แม่ ประหยัดดีมีอดทน แม่ ฝึกฝนให้ลูกตรึกนึกศึกษา
แม่ ทำงานเหนื่อยเมื่อยกายา แม่ ไม่เคยเอ่ยวาจาบ่นสักคำ
แม่ เห็นลูกอยู่ดีไม่เดือดร้อน แม่ อวยพรเชิดชูอุปถัมภ์
แม่ เคยห้ามสิ่งใดลูกไม่ทำ แม่ แนะนำไปในทางดี
แม่ เป็นพรหมของบุตรสุดรำพัน แม่ ใฝ่ฝันให้ลูกโรจน์สุดสุขี
แม่ ไม่ชั่วเป็นตัวอย่างข้างฝ่ายดี แม่ ทำชีวีลูกให้เจริญ
แม่ เป็นคนมีค่าในสายตาลูก แม่ ทำถูกลูกยากกล้าสรรเสริญ
แม่ เป็นผู้เลอเลิศลูกเพลิดเพลิน แม่ ดีเกินสุดสรรคำรำพัน
แม่ สถิตอยู่สถานวิมานไหน แม่ ตั้งใจรับผลกุศลขันธ์
แม่มีจิตลูกอุทิศจิตผูกพัน แม่ สุขสันต์เสวยบุญพระคุณเอย

ด้วยความรักและอาลัย

ลูกพล, ลูกพัน, ลูกพร, ลูกพัฒน์, ลูกยุทธ์

รักย่า

ทั้งตะวันแลพระจันทร์กับดวงดาว　　เคยแพรวพราวให้ไออุ่นอีกทั้งแสง
มาบัดนี้ทุกสิ่งอย่างกลับเปลี่ยนแปลง　　ดาวสิ้นแสงตะวันดับอับแสงจันทร์
สุดอาลัยใจรักคิดถึงย่า　　เมื่อเล็กมาอยู่พร้อมหน้าพาสุขสันต์
เคยหยอกล้อแหย่เล่นอยู่ทุกวัน　　แต่มีอันพาจากพรากห่างกัน
ย่าจากไปขอให้ใจอย่ามีห่วง　　สิ่งทั้งปวงที่สั่งสมและสร้างสรรค์
ย่าบำเพ็ญกุศลผลอนันต์　　ผลเหล่านั้นจึ่งช่วยพาย่าไปดี
หลานขอกราบแทบบาทพระคุณย่า　　จักนำพาความทรงจำไปทุกที่
ขออวยพรให้ย่าสู่ทางดี　　หลานคนนี้ขอเป็นหลานทุกชาติไป

หลานกอล์ฟ

อาลัยม๊า

ม๊าเป็นคำที่ ซัน กับ หนุ่ย เรียกจนติดปาก ซึ่งคำ คำนี้ หมายถึง แม่ในสำเนียงภาษาจีน เราทั้งสองเคารพนับถือ ม๊าเปรียบเสมือนแม่คนหนึ่ง ม๊าเป็นคนดีมาก ให้ความรักกับลูกหลานทุก ๆ คนเท่าเทียมกัน อีกทั้งให้ความช่วยเหลือทุกอย่างเท่าที่ม๊าจะทำได้ เมื่อเราทั้งสองทราบว่า ม๊าป่วยก็ได้ไปเยี่ยมและให้กำลังใจเสมอ ขอให้ม๊า หายจากอาการป่วย และมีสุขภาพแข็งแรงดังเดิม เราทั้งสอง ยังจำได้เมื่อตอนม๊าสุขภาพยังแข็งแรง เวลาพวกเราไปเที่ยวที่บ้านสวน ม๊า จะจัดหาข้าว ปลาอาหาร ขนม ผลไม้ ให้พวกเราทานเสมอ และมักจะได้ยินม๊าหัวเราะเสียงดัง (เป็นเอกลักษณ์) อย่างมีความสุข หากมีใครพูดถูกใจม๊า ภาพเหตุการณ์นี้พวกเรายังจำได้ถึงทุกวันนี้ และมิอาจลืมเลือนไปจากความทรงจำตลอดไป

สุดท้ายนี้ ขอให้ดวงวิญญาณของม๊า ไปอยู่ดินแดนสรวงสวรรค์ เป็นดินแดนที่มีความสุข มีแต่สิ่งดีงาม

ด้วยความรักและอาลัย

วิทยา (ซัน) - นิตยา (หนุ่ย) จิราจินดากุล

ขอกราบขอบพระคุณ

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง นายอานนท์ มนัสวานิช และภริยา รองผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง นายสุรพล วิชัยดิษฐ และภริยา นายกเทศมนตรีนครตรัง นายชาลี กางอิ่ม และภริยา รองนายกเทศมนตรีนครตรัง นายชนะ อินทรสังขนาวิน และแขกผู้มีเกียรติทุกท่าน ที่กรุณานำหรีดมาเคารพศพ ร่วมฟังสวดพระอภิธรรม และร่วมในงานฌาปนกิจศพ

หากมีสิ่งใดขาดตกบกพร่อง กราบขออภัยมา ณ โอกาสนี้

คณะเจ้าภาพ

เอกสารเผยแพร่ความรู้ชุด

มะเร็ง : ป้องกันได้?!?

เอกสารเผยแพร่ความรู้ชุด

มะเร็ง: ป้องกันได้?!?

โดย :

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

และโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

ISBN 974-566-340-9

คณะผู้จัดทำ

นพ.วิศิษฎ์ ฐิตวัฒน์

คณะกรรมการงานกาชาดประจำปี 2529

นพ.พัฒน์พงศ์ นาวีเจริญ

บรรณาธิการ

นพ.สุทธิพร จิตต์มิตรภาพ

นพ.วรวิทย์ ศรีวัฒนาวงษา

คำนำ

มะเร็งเป็นโรคร้ายก่อให้เกิดทุกขเวทนา สามารถแพร่กระจายไปทั่วตัวในเวลาอันรวดเร็ว เสมือนจับปูใส่กระด้ง ยากที่จะหยุดยั้งมิให้ปูปีนป่ายออกมานอกกระด้งฉันใด เซลล์ของมะเร็งเมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมยากจะหยุดการเจริญเติบโตและแพร่กระจายได้ฉันนั้น มะเร็งเป็นสาเหตุการตายอันดับที่สามของประชากรไทย แต่เป็นอันดับที่หนึ่งของแพทย์ นักระบาดวิทยาได้ใช้ความพยายามศึกษาวิจัยเปรียบเทียบถึงอุบัติการในด้านเชื้อชาติ อายุ เพศ กรรมพันธุ์ สารเคมี ฮอร์โมน รังสี อาหาร และสิ่งแวดล้อม ที่เกี่ยวพันกับการเกิดของมะเร็ง เพื่อที่จะนำมาใช้ในการป้องกันมะเร็งเพราะ "ผลของการป้องกันย่อมดีประเสริฐกว่าการรักษา"

ตามหลักพุทธศาสนาผลย่อมเกิดขึ้นจากการกระทำ ผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็งน่าจะเกิดจากกรรม ทั้งที่กระทำมาในปางก่อนคือกรรมเก่า และที่กระทำในปัจจุบันคือกรรมใหม่ กรรมเก่าคือมะเร็งที่เกิดมาโดยไม่ทราบสาเหตุ ป้องกันยากมากหรือไม่ได้เลย อาจถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ เช่น มะเร็งเต้านม รังไข่ กระเพาะอาหาร ลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก โอกาสที่คนในครอบครัวเดียวกันหรือเครือญาติจะเป็นมะเร็งเหล่านี้มีสูง อาจเกิดขึ้นในผู้ป่วยที่มีความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกันหรือระบบฮอร์โมนผิดปกติ ทำให้เกิดมะเร็งของต่อมธัยรอยด์ ต่อมลูกหมาก สำหรับกรรมใหม่เกิดจากผู้ป่วยได้รับสารหรือสิ่งกระตุ้นให้เกิดมะเร็งโดยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ โดยการละเลยถือว่าเป็นเรื่องไม่สำคัญ หรือบางอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่น จำเป็นต้องรับประทานยาหรือฮอร์โมนเพื่อรักษาโรคบางชนิด แต่มีอีกจำนวนไม่น้อยได้รับสารหรือสิ่งกระตุ้นให้เกิดมะเร็งเข้าไปทั้ง ๆ ที่รู้ถึงโทษและอันตรายของมัน สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่น่าจะป้องกันและหลีกเลี่ยงได้

คณะผู้จัดทำมุ่งหวังจะให้ความรู้ง่าย ๆ เกี่ยวกับมะเร็ง บอกถึงสาเหตุบางอย่างที่เราสามารถทราบแล้วว่าเป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดมะเร็งได้ จะได้พยายามหลีกเลี่ยงถ้าทำได้ เพราะอย่างน้อยก็คงสามารถลดอัตราการเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งที่พบบ่อย ๆ เช่น มะเร็งปอด กระเพาะอาหาร ตับและลำไส้ใหญ่ลงไปได้มาก นอกจากนั้นยังมุ่งหวังจะให้ทราบถึงความผิดปกติหรือสัญญาณเตือนภัยอันบ่งว่าอาจมีมะเร็งเกิดขึ้น รวมทั้งคำแนะนำในการปฏิบัติตนโดยทั่วไป เพื่อให้ทุกคนห่างไกลจากโรคมะเร็ง หรือถ้าเกิดเป็นมะเร็งก็จะได้ตรวจพบในระยะแรกเริ่มซึ่งสามารถจะรักษาให้หายได้

หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์ขึ้นเนื่องในโอกาสงานกาชาดประจำปี 2529 และงานฉลองวันครบรอบ 72 ปีแห่งการสถาปนาโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ วันที่ 30 พฤษภาคม 2529 ซึ่งเป็นโอกาสอันดีที่จะได้เผยแพร่ความรู้เรื่องมะเร็งสมดังเจตนารมณ์ที่ได้กล่าวแล้ว

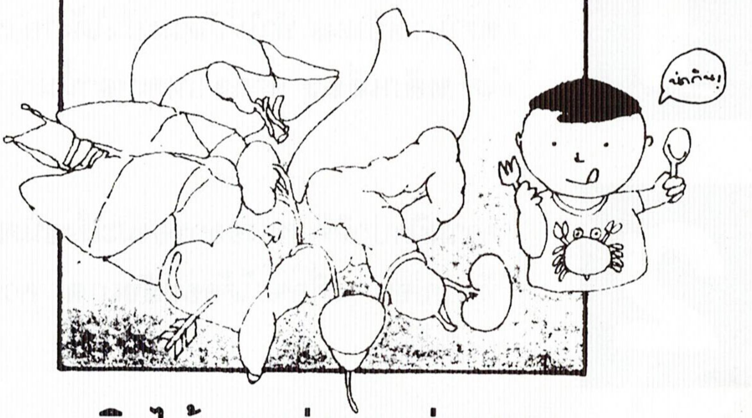
เรื่องในเล่ม

มะเร็ง ?!? (5), เรื่องที่ท่านน่าจะต้องรู้เกี่ยวกับมะเร็ง (6), สาเหตุที่อาจก่อให้เกิดมะเร็ง (7) สัญญาณเตือนภัย(10), คำแนะนำทั่วไป(12), แพทย์กับมะเร็ง(14), มะเร็งปากมดลูก(16), มะเร็งปอด (17), มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก (19), มะเร็งเต้านม (21), มะเร็งช่องปากและลำคอ (23), มะเร็งตับและทางเดินน้ำดี (25), มะเร็งหลอดอาหารและกระเพาะอาหาร (26), มะเร็งกระเพาะปัสสาวะและต่อมลูกหมาก(28), มะเร็งผิวหนัง(27), ดัชนีสำรวจมะเร็ง (30) ประเมินผลดัชนีสำรวจมะเร็ง (35), มะเร็งป้องกันได้ ?!? (37).

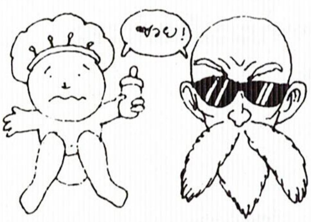
มะเร็ง

cancer

มะเร็งคือเนื้องอกชนิดร้ายแรงซึ่งเจริญเติบโต
อย่างรวดเร็วและลุกลามโดยไม่หยุดยั้ง



เกิดได้ทุกแห่งของร่างกาย



มะเร็งพบได้ในคนทุกวัย

แต่ผู้ที่เป็นมะเร็งเป็นผู้สูงอายุ (35-75 ปี) มากถึง 85%
วัยที่พบบ่อยคืออายุระหว่าง 45-55 ปี

มะเร็งไม่ใช่โรคติดต่อ แต่มะเร็งบางอย่างอาจพบบ่อยในเครือญาติกัน

มะเร็งป้องกันได้ รักษาหายได้ถ้า

ท่าน สนใจในตัวเองหลีกเลี่ยงสภาวะที่อาจทำให้เกิดมะเร็ง และ ไม่ละเลยความผิดปกติในตัวท่าน ปรึกษาแพทย์เมื่อมีอาการน่าสงสัย

แพทย์ รักษาในระยะแรก อย่างถูกวิธี



สำหรับท่านน่าจะต้องรู้

1. สาเหตุของมะเร็งบางอย่าง ซึ่งวงการแพทย์ทราบว่าเป็นผล ทำให้เกิดมะเร็งได้ง่าย เพื่อจะได้ **หลีกเลี่ยง** จากสาเหตุเหล่านั้น

2. ความผิดปกติที่แสดงออกของมะเร็งชนิดต่าง ๆ ที่พบบ่อย ๆ เพื่อจะได้คอย**สังเกต** ความผิดปกตินั้น ๆ

3. คำแนะนำในการ **ปฏิบัติตน** เพื่อให้พ้นภัยจากมะเร็ง หรือทำให้ตรวจพบมะเร็งแต่ระยะแรก จะได้รักษาให้หายได้

เพื่อไล่มะเร็งร้ายไปไกลตน



1 สาเหตุหรือปัจจัยที่อาจก่อให้เกิดมะเร็ง



ทุกคนไม่อยากเป็นมะเร็ง และก็คงอยากจะรู้ว่าอะไรเป็นสาเหตุมะเร็ง บางชนิดก็ยังไม่ทราบว่าอะไรเป็นสาเหตุ แต่มะเร็งหลายชนิดก็พอจะทราบสาเหตุแล้ว ซึ่งพอจะแบ่งออกง่าย ๆ ได้ดังนี้

1. **อาหาร** อาหารบางอย่างหรือสารบางอย่างในอาหารอาจก่อมะเร็งได้จากการศึกษาพบว่า

- อาจมีสารเคมีเกิดขึ้นในอาหารระหว่างการเก็บ เช่น ถั่ว, ข้าวโพด โดยเชื้อแบคทีเรีย หรือเชื้อรา แล้วให้แอล-ฟาทอกซิน ทำให้เกิดมะเร็งของตับ
- สีผสมอาหารบางอย่างหรือสารที่ใส่ทำให้เนยเทียมมีสีเหลืองเหมือนธรรมชาติ ทำให้เกิดมะเร็งของตับ
- สารบางอย่างเกิดขึ้นในขณะเตรียมอาหาร เช่น ปลารมควัน ถ้าบริโภคบ่อย ๆ และจำนวนมาก สารพวกอนุพันธ์



ไฮโดรคาร์บอนจะทำให้เกิดมะเร็งกระ-เพาะอาหารได้

สารหลายอย่างปะปนเข้าไปในอาหารโดยบังเอิญ ผงธุลีที่มาจากการเผาผลาญของเชื้อเพลิงสารเคมีทางการเกษตร ยาฆ่าแมลง เช่น ถ้ามีใยแก้วแอสเบสตอสปะปนอยู่ ก็จะทำให้เกิดมะเร็งของเยื่อหุ้มปอด ปอดกระเพาะอาหารได้

การเปลี่ยนแปลงของสารเคมีที่ใช้ถนอมอาหาร เช่น ดินประสิวใส่ในการทำปลาเค็ม เนื้อเค็ม แหนม ดินประสิวจะกลายเป็นสารไนโตรเจนมีพิษ ถ้าบริโภคมากและนานพออาจเกิดมะเร็งของกระเพาะอาหารได้

อาหารที่มีไฟเบอร์น้อย ทำให้อาหารผ่านลำไส้ใหญ่ช้า โอกาสที่สารก่อมะเร็ง (ซึ่งอาจเกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงเกลือของน้ำดี โฆเรสตอรอล และแบคทีเรียในอุจจาระ) สัมผัสกับเยื่อบุง่ายและนาน ทำให้เกิดมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักได้

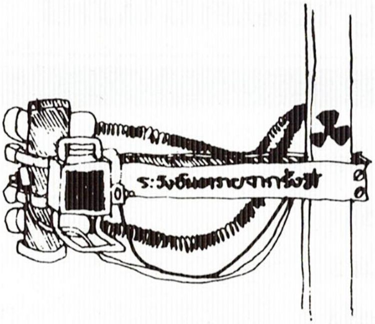
2. จุลชีพ เช่น พยาธิใบไม้ในตับ ทำให้เกิดมะเร็งของท่อทางเดินน้ำดีในตับ (พบบ่อยมากในภาคตะวัน-ออกเฉียงเหนือของไทย) ปาราสิตของกระเพาะปัสสาวะทำให้เกิดมะเร็ง กระ-



เพาะปัสสาวะ ไวรัสตับอักเสบบีทำให้มีโอกาสเป็นมะเร็งตับมากขึ้น นอกจากนั้นยังพบว่าไวรัสหลายชนิดทำให้เกิดมะเร็งในสัตว์ชนิดต่าง ๆ ได้

3. สุรา บุหรี่ หมาก ถ้าดื่มสุราติดต่อกันมาก ๆ เป็นเวลานานจะทำให้เกิดภาวะตับแข็ง ซึ่งจะกลายเป็มะเร็งตับได้ง่าย บุหรี่ทำให้เกิดมะเปอด รวมทั้งที่อวัยวะอื่นเช่น ช่องเคอ กระเพาะปัสสาวะได้ จากนิโในบุหรี่ ส่วนหมากทำให้เกิดมะเร็ปากได้

4. มลภาวะและสภา
ล้อม ควันพิษจากท่อไอเสีย แอนุพันธ์น้ำมันดิบ ของเสียแวดล้อมจากโรงงานอุตสาหกสารหนู หรือ แอสเบสตอรวมทั้งกัมมันตรังสีชนิดต่ทำให้เกิดมะเร็งได้



5. สาเหตุจากฮอร์โมน, ระบบคุ้มกันของร่างกายผิดปกติ หรือเคมีภัณฑ์ที่เกิดขึ้นเองภายในร่างกายและทำให้เกิดมะเร็ง (Endogenous Carcinogen)

มะเร็งบางชนิดมีความสัมพันธ์กับฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่อต่อเซลล์เป้า เช่นมะเร็งเต้านม, มดลูก, ต่อมลูกหมาก, ต่อมไทรอยด์, ไตเป็นต้น ภูมิคุ้มกันอ่อนแอ อาจทำให้เซลล์ผิดปกติเจริญเป็นมะเร็งได้ หรือมะเร็งกระเพาะเบาอาจเกิดจากเคมีภัณฑ์ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายและทำให้เกิดมะเร็ง

6. สาเหตุจากเชื้อชาติ สุขภาพอนามัย ความเป็นอยู่ เพศ อายุ และอาชีพ

เช่นมะเร็งบางชนิดพบในเด็ก มะเร็งส่วนมากพบในคนมีอายุ มะเร็งบางชนิดพบในชายมากกว่าหญิง บางชนิดหญิงมากกว่าชาย มะเร็งเต้านมเป็นมากในหญิงชาวยุโรป, มะเร็งปากมดลูกเป็นมากในหญิงแถบเอเชีย มะเร็งหลังโพรงจมูกเป็นมากในคนจีน เป็นต้น

7. สาเหตุจากกรรมพันธุ์

มะเร็งบางชนิดพบเป็นได้หลายคนในครอบครัวเดียวกันหรือเครือญาติกัน เช่น มะเร็งเต้านม, มะเร็งรังไข่, หรือมะเร็งของตาเป็นต้น ฉะนั้นพันธุกรรมอาจมีความสัมพันธ์กับมะเร็งบางชนิดในคน

จนกระทั่งปัจจุบันนี้ เราก็ยังไม่ทราบสาเหตุของมะเร็งอีกมากมายหลายชนิด แต่สาเหตุที่เราทราบและได้กล่าวมาแล้ว ถ้าได้หลีกเลี่ยง ก็คงจะช่วยให้ท่านห่างไกลจากมะเร็งมากขึ้น

●

2 ความผิดปกติที่แสดงออกของมะเร็งหรือสัญญาณเตือนภัย

จากมะเร็งที่พบบ่อย 10 อันดับ คือ มะเร็งปากมดลูก มะเร็งปอด มะเร็งในช่องปาก, มะเร็งเต้านม, มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก, มะเร็งตับ, มะเร็งผิวหนัง, มะเร็งหลังโพรงจมูก, มะเร็งหลอดอาหารและกระเพาะอาหาร มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ อาจจะรวบรวมความผิดปกติที่แสดงออกหรือสัญญาณเตือนภัย ได้คือ

มีอาการผิดปกติของระบบขับถ่าย อุจจาระหรือปัสสาวะ เช่น มีเลือดปนมูก ท้องเสียบ่อย ๆ

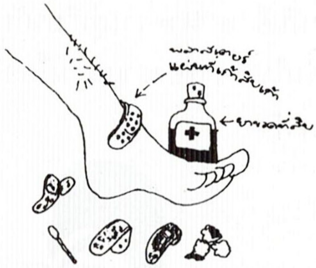




มีเลือดออกผิดไปจากปกติจากอวัยวะของร่างกายเช่น จากช่องคลอด จมูก หรือมีอาการตกขาวผิดปกติ



มีก้อนหรือเนื้อนูนผิดไปจากปกติของเต้านม หรือที่อื่น ๆ



มีแผลเรื้อรัง เป็นเวลานาน ๆ ไม่รู้จักหาย หรือแผลขยายลุกลามอย่างรวดเร็ว หรือไปคั่งปูดเปลี่ยนแปลงผิดปกติไปจากเดิม

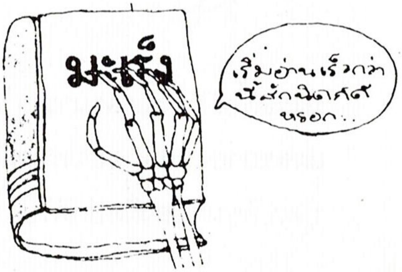
ไอ เรื้อรัง หรือเสียงแหบแห้ง บางครั้งมีเลือดปน



เบื่ออาหาร นน.ลดลง กลืนอาหารลำบาก

อาการเหล่านี้อาจบ่งว่าเป็นมะเร็งได้ แต่ถ้ามีอาการดังกล่าวก็อาจเป็นโรคอื่นที่ไม่ใช่มะเร็งได้ และถ้าเป็นมะเร็ง ความผิดปกติที่เพิ่งจะเริ่มแสดงออกมักจะเป็นมะเร็งในระยะแรกซึ่งมีโอกาสรักษาให้หายได้

3 ข้อแนะนำในการปฏิบัติตัวโดยทั่วไป



หมั่นศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งบ้าง เช่นในเรื่องของสาเหตุ หรืออาการแสดงของมะเร็ง

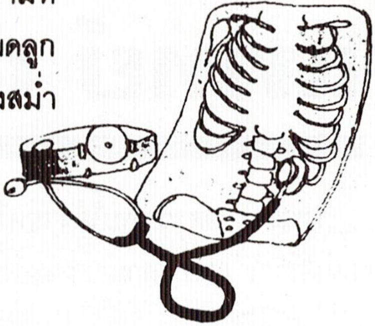


หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็ง เช่น งดสูบบุหรี่ ระวังเรื่องอาหาร



สนใจหมั่นตรวจตราตนเองเสมอ ว่าเกิดมีความผิดปกติขึ้นหรือไม่ อย่างไร ไม่ลังเลที่จะไปปรึกษาแพทย์ เมื่อสงสัยในความผิดปกติที่เกิดขึ้น ไม่ละเลยความผิดปกติของตนเองเมื่อทราบ หรือเกิดความกลัวหรือความอายจนไม่ยอมมาพบแพทย์

ตรวจร่างกายและตรวจพิเศษอื่น ๆ ตามที่แพทย์แนะนำเช่น ตรวจมะเร็งปากมดลูก เอ็กซเรย์ปอด เป็นต้น เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ



* อย่าหลงผิดรักษากับหมอเถื่อนหรือเชื่อทางไสยศาสตร์ โดยไม่ยอมรับการรักษาที่ถูกต้องจากแพทย์

•

แพทย์ กับ มะเร็ง

มะเร็งอาจตรวจพบได้ง่ายหรือยาก ขึ้นกับชนิดและตำแหน่งที่เป็น โดยหลักการ แพทย์สามารถจะตรวจหามะเร็งได้หลาย ๆ วิธีคือ



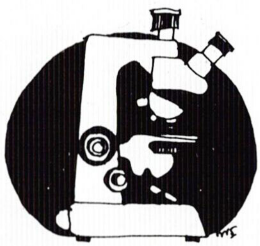
ตรวจร่างกายโดยการดู,คลำหาก้อน หรือความผิดปกติ ตรวจทางทวารหนัก ตรวจภายใน



ในส่วนที่อยู่ลึกเข้าไปภายใน หรือเป็นอวัยวะภายใน อาจใช้เอ็กซเรย์ หรือเครื่องตรวจด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง (อัลตราซาวน์)ฯ หาความผิดปกติ

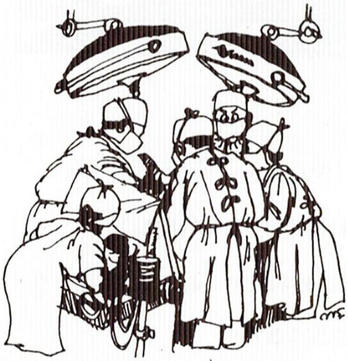


ใช้เครื่องมือส่องเข้าไปตรวจดูส่วนที่สงสัยที่ไม่สามารถตรวจดูได้ตามปกติ เช่นส่องกล้องดูภายในกระเพาะอาหาร,หลอดลม,ลำไส้ใหญ่



ตัดชิ้นเนื้อหรือความผิดปกติที่พบไปตรวจดูอย่างละเอียดด้วยกล้องจุลทัศน์ เพื่อยืนยันว่าเป็นมะเร็ง

มะเร็งรักษาได้ โดยการกำจัดหรือทำลายเซลล์มะเร็งให้หมดสิ้นไปด้วยวิธีการหลาย ๆ อย่างได้แก่



ผ่าตัด

การผ่าตัดเอาก้อนมะเร็งออก หรือเอาอวัยวะที่เป็นมะเร็งออก

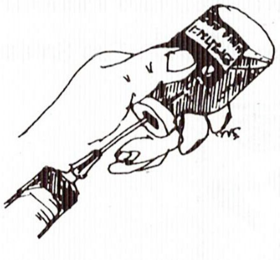


รังสีรักษา

ใช้รังสีฉายบริเวณที่เป็น เพื่อทำลายเฉพาะเซลล์ที่เป็นมะเร็ง โดยมากมักจะฉายรังสี ครั้งละน้อย ๆ ต่อเนื่องกันไป หรือฝังแร่ที่ให้รังสีบริเวณที่เป็นมะเร็ง

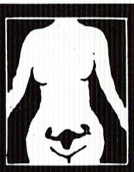
ยาหรือเคมีบำบัด

ใช้ยาฆ่ามะเร็ง หรือให้ฮอร์โมนบางอย่างซึ่งมีฤทธิ์ทำลายเซลล์มะเร็ง หรือรักษาด้วยการให้ภูมิคุ้มกัน เพื่อให้ร่างกายช่วยทำลายต่อต้านมะเร็ง



หรือ **ใช้หลาย ๆ วิธีผสมผสานกันตามแต่ชนิด และระยะของโรค**

และต่อไปนี้ก็จะเป็นเรื่องของมะเร็งชนิดที่พบบ่อย ๆ แต่ละชนิด



มะเร็งปากมดลูก

มะเร็งที่พบบ่อยที่สุดของไทย



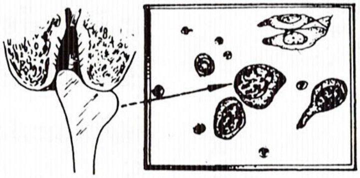


สาเหตุ

- ความสกปรกที่หมักหมมอยู่บริเวณหนังหุ้มปลายของอวัยวะเพศชายของคู่นอน
- การมีความสัมพันธ์ทางเพศตั้งแต่อายุน้อย ๆ
- การมีความสำส่อนทางเพศ
- การติดเชื้อบางชนิดของอวัยวะสืบพันธุ์ เช่น เริมหรือ Herpes virus

อาการ

- ตกขาวมากผิดปกติ มีกลิ่นเหม็น
- เลือดออกจากช่องคลอด หลังการมีความสัมพันธ์ทางเพศ
- อาจมีอาการปวดถ้าลุกลามไปมาก
- ไม่มีอาการใดใดทั้งสิ้น แต่อาจตรวจพบได้ว่าโดยป้ายเอาเซลล์ที่ปากมดลูกมาดูด้วยกล้องจุลทัศน์ ด้วย technique ที่เรียกว่า Pap Smear



คำแนะนำ

ดังนั้น สตรีที่แต่งงานแล้ว หรือมีเพศสัมพันธ์แล้ว ควรได้รับการตรวจ Pap Smear ทุก 1-3 ปีจากสูติ-นรีแพทย์

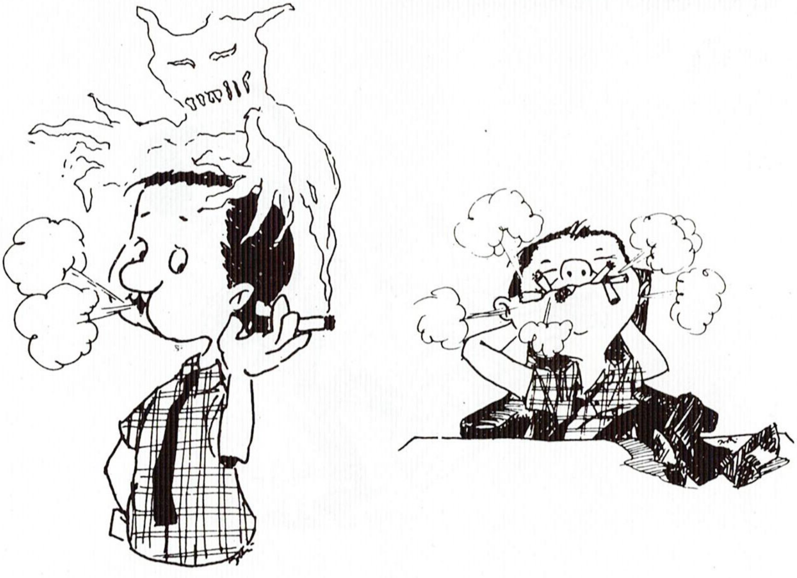
มะเร็งปอด



มะเร็งที่พบบ่อยที่สุดของผู้ชายไทย

สาเหตุ

- การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุในร้อยละ 85-90 ของมะเร็งปอด
- การใช้ยาสูบในลักษณะอื่น เช่น การสูบซิการ์ กล้องยาสูบ ก็เป็นสาเหตุของมะเร็งปอดเช่นกัน ถึงแม้จะน้อยกว่าบุหรี่
- โอกาสที่จะเป็นมะเร็งปอดขึ้นอยู่กับ
    - จำนวนบุหรี่ที่สูบ
    - ปริมาณของ tar และ nicotine ในบุหรี่
    - การสูบบุหรี่ แบบ "สูบอัด"
    - ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ และ อายุที่เริ่มสูบบุหรี่



อาการ

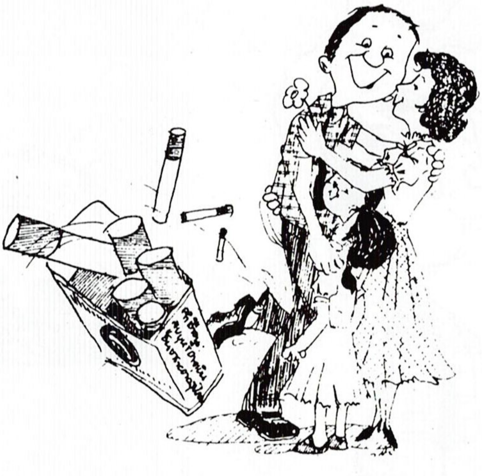
ไอเรื้อรัง ไอเป็นเลือด หายใจลำบาก อ่อนเพลีย,เบื่ออาหาร น้ำหนักลด





คำแนะนำ งดบุหรี่

หากงดบุหรี่ได้มากกว่า 10 ปี เชื่อว่าโอกาสของการเป็นมะเร็งปอดจะลดลงจนเท่ากับคนที่ไม่สูบบุหรี่



มะเร็งลำไส้ใหญ่

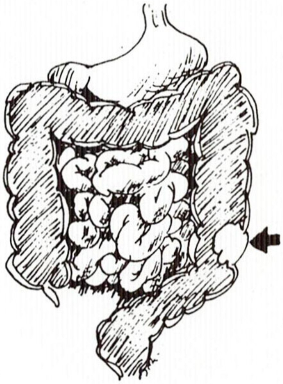
รวมทั้งบริเวณทวารหนัก

สาเหตุ

โรคติ่งเนื้อในลำไส้ใหญ่ซึ่งถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์



เนื้องอกไม่ร้ายแรงของลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก บางชนิด





อาหารที่มีปริมาณไขมันมาก ๆ มีกากอาหารน้อย



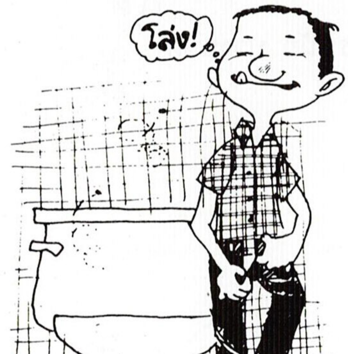
- ความสม่ำเสมอของการถ่ายอุจจาระผิดปกติ หรือ ผิดจากที่เคยเป็น ท้องผูกมากขึ้น หรือ ท้องผูก สลับกับท้องเสีย



- ถ่ายอุจจาระมีเลือดผสมอยู่ด้วย
- ขนาดของอุจจาระเล็กลง

- ไม่มีความผิดปกติใดใด แต่- อาจตรวจพบเลือดในอุจจาระด้วยวิธีทางห้องปฏิบัติการ

อาจตรวจพบได้ด้วยการส่องกล้อง (Sigmoidoscopy)



คำแนะนำ

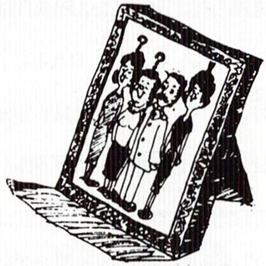
รับประทานอาหารที่มีกากอาหารมาก ๆ

ถ่ายอุจจาระผิดปกติ ปรึกษาแพทย์

มะเร็งเต้านม

มะเร็งของอวัยวะที่ผู้หญิงหวงแหน

สาเหตุ



- เคยเป็นมะเร็งเต้านมมาก่อน
- ญาติทางสายโลหิตเคยเป็นมะเร็งเต้านม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พี่สาว น้องสาว และมารดา
- เคยเป็นมะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก หรือรังไข่ หรือ ลำไส้ใหญ่มาก่อน
- การมีก้อนหรือถุงน้ำบางชนิดในเต้านม (Proliferative fibrocystic breast disease)
- อ้วน
- อาหารที่ปริมาณไขมันจากสัตว์สูง





อาการ

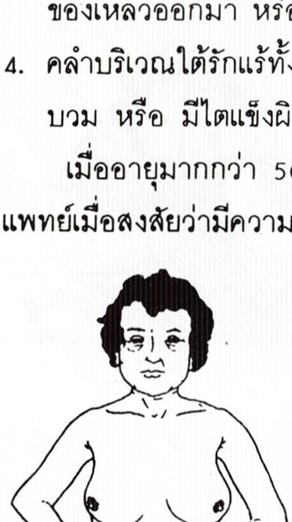
- คลำก้อน หรือไตแข็งได้ในเต้านม ผู้ที่จะตรวจพบได้ดีที่สุดคือ **ตัวเอง**
- มีเลือดหรือ ของเหลวออกมาจากหัวนม ในขณะที่ไม่ได้เลี้ยงนมบุตร

คำแนะนำ

ตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างน้อยเดือนละครั้ง

1. เปลื้องเสื้อผ้าส่วนทรวงอกออกจนถึงระดับเอว สังเกตลักษณะและการเปลี่ยนแปลงแม้แต่เล็กน้อย ของเต้านมและหัวนมทั้ง 2 ข้าง อย่างละเอียด ในกระจกเงา ในท่าปรกติ ท่าเท้าสะเอว และกดลงบนสะโพกทั้ง 2 ข้าง และในท่าชูแขนขึ้นทั้ง 2 ข้าง
2. นอนราบ แล้วใช้หมอนเล็ก ๆ หรือผ้าพับหนุนหลังด้านหนึ่ง ใช้มือด้านตรงข้าม กดคลึง บริเวณเต้านมลงตรงให้ทั่วทุกบริเวณ เพื่อตรวจดูว่ามีบริเวณใดมีก้อนหรือเป็นไตแข็งผิดปรกติ ทำอย่างเดียวกัน กับเต้านมอีกข้าง
3. ใช้นิ้วกดบริเวณรอบหัวนมค่อยรีดเบา ๆ มาที่ปลายหัวนม สังเกตดูว่ามีของเหลวออกมา หรือไม่
4. คลำบริเวณใต้รักแร้ทั้ง 2 ข้างอย่างละเอียด ดูว่าบริเวณมีก้อน หรือบวม หรือ มีไตแข็งผิดปกติ โดยใช้มือด้านตรงข้ามกดลึกเข้าในรักแร้

เมื่ออายุมากกว่า 50 ปี ควรพบแพทย์ตรวจเต้านมปีละครั้งหรือพบแพทย์เมื่อสงสัยว่ามีความผิดปกติ





มะเร็งช่องปากและลำคอ





สาเหตุ

การดื่มเหล้าจัด ร่วมกับการสูบบุหรี่

การเคี้ยวหรืออมใบยาสูบไว้ในปาก

การไม่ระวังรักษา สุขภาพ ปากและฟัน



การระคายเคืองเป็นเวลานาน ๆ จาก ฟันปลอมที่เข้าที่ได้ไม่พอเหมาะ



อาการ

- มีก้อน, ไตแข็ง หรือ แผลเรื้อรังในช่องปากที่เป็นอยู่นาน ๆ มากกว่า 2 อาทิตย์
- มีฝ้าขาวหรือแดง ที่เยื่อบุในช่องปาก, ปากมีกลิ่นเหม็นผิดปกติ
- เจ็บคอเวลากลืนน้ำลายหรืออาหาร เป็นเวลานาน ๆ รักษาไม่หาย
- มีเลือดออกในช่องปาก หรือฟันโยกคลอนหรือหลุดก่อนวัย
- คัดจมูก และ หูอื้อ เป็นเวลานาน ๆ
- คลำต่อมน้ำเหลืองที่คอโต





มะเร็งตับ และท่อน้ำดี

มะเร็งที่มีการพยากรณ์โรคเลว

สาเหตุ

- เป็นโรคตับแข็ง เนื่องจากดื่มสุรามาก
- รับประทานอาหารที่ไม่สุก เช่น ก้อยปลา ซึ่งอาจนำพยาธิใบไม้ของตับเข้าสู่ร่างกาย
- รับประทานถั่วซึ่งมีเชื้อราบางชนิดปะปนอยู่ด้วย
- สารเคมีบางชนิดที่ใช้ในอุตสาหกรรม
- เกิดตามหลังจากที่เป็นตับอักเสบจากไวรัส

(อาการเริ่มแรก)

- อ่อนเพลีย น้ำหนักลด
- แน่น อึดอัด ท้องส่วนบน และชายโครงขวา
- ตัวเหลือง ตาเหลือง





มะเร็งหลอดอาหาร
และกระเพาะอาหาร



สาเหตุ

- อาหารรสจัดมาก ๆ หรือ ร้อนมาก ๆ
- การดื่มเหล้าจัด ร่วมกับการสูบบุหรี่



อาการ

- กลืนอาหารลำบาก เริ่มจากอาหารแข็งไปจนถึงอาหารอ่อน และน้ำตามลำดับ อาจมีอาการปวดร่วมด้วย
- อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด
- คลำก้อนได้ที่ท้องหรือคอ (ต่อมน้ำเหลืองโต)

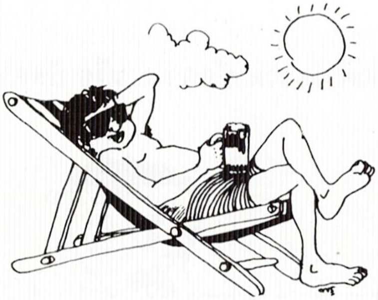
มะเร็งผิวหนัง

ไม่อันตรายถ้าได้รีบรักษา



สาเหตุ

- ถูกแสงอาทิตย์เป็นเวลานาน ๆ โดยเฉพาะผู้ที่ผิวค่อนข้างขาว ตกกระง่ายหลังจากถูกแดดเป็นเวลานาน ๆ
- อาชีพการทำงานที่เกี่ยวข้องกับสารกัมมันตภาพรังสี



อาการ

- แผลที่รักษาไม่หายเป็นเวลานาน ๆ
- ตุ่ม ก้อน หรือไฝที่เพิ่งเกิดขึ้นใหม่ หรือ มีลักษณะเปลี่ยนแปลงจากเดิม



มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ

และต่อมลูกหมาก

สาเหตุ

- การดื่มสุราจัด
- สูบบุหรี่

อาการ

- ปัสสาวะ เป็นเลือด ปวด ขัด เวลาปัสสาวะ หรือ ปัสสาวะลำบาก



มะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก



สาเหตุ

- การใช้ฮอร์โมนเพศ “เอสโตเจน” (estrogen) เป็นเวลานาน ๆ
- อ้วน, เบาหวาน, ความดันโลหิตสูง



อาการ

- เลือดออกทางช่องคลอดในสตรีวัยหมดระดู
- เลือดออกทางช่องคลอด ผิดปรกติ ที่ไม่ใช่ระดู



คำแนะนำ

ควรได้รับการขูดมดลูกมาตรวจ ด้วยกล้องจุลทัศน์

ดัชนีสำรวจมะเร็ง

แบบทดสอบ เพื่อดูว่าท่านมีอัตราเสี่ยงต่อการ

ทำเครื่องหมาย

ลงหน้าคำตอบที่ท่านเห็นว่าถูกต้องหรือตรงกับความเป็นจริง ในตัวของท่าน เสร็จแล้วเทียบกับคำเฉลยในหน้า 35

1. ในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา ท่านรู้สึกตัวว่าผอมลง น้ำหนักลดลงบ้างหรือไม่?
   ก. น้ำหนักลดลงมากกว่า 10% ของน้ำหนักตัวเดิม
   ข. น้ำหนักลดลงน้อยกว่า 10% ของน้ำหนักตัวเดิม หรือ รู้สึกตัวว่าผอมลงอย่างแน่นอน แต่ไม่ทราบว่าลดลงเท่าเดิม
   ค. น้ำหนักลดลงเนื่องจากพยายามลดน้ำหนัก หรือ กลุ้มใจ เสียใจ
   ง. ไม่รู้สึกว่าผอมลง

2. ท่านมีญาติทางสายโลหิตคนหนึ่งคนใด ป่วยด้วยโรคมะเร็งต่อไปนี้หรือไม่?
   ก. มะเร็งเต้านม
   ข. มะเร็งของมดลูก
   ค. มะเร็งของรังไข่
   ง. มะเร็งลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก
   ค. มะเร็งลูกอัณฑะ
   ฉ. มะเร็งอื่น ๆ
   ช. ไม่มี

3. ท่านเคยป่วยด้วยโรคมะเร็งต่อไปนี้หรือไม่?

ก. มะเร็งเต้านม

ข. มะเร็งลูกอัณฑะ

ค. มะเร็งลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก

ง. มะเร็งมดลูก

จ. มะเร็งรังไข่

ฉ. มะเร็งอื่น ๆ

ช. ไม่มี

4. ท่านสูบบุหรี่, ซิการ์หรือสูบกล้องยาหรือไม่?

ก. สูบบุหรี่วันละ 10 มวนขึ้นไป มามากกว่า 10 ปี

ข. สูบซิการ์เป็นประจำ หรือสูบบุหรี่อย่างสม่ำเสมอ แต่น้อยกว่าวันละ 10 มวน หรือน้อยกว่า 10 ปี

ค. สูบบุหรี่ไม่สม่ำเสมอ แต่สูบบ่อย ๆ

ง. สูบกล้องสม่ำเสมอ

จ. อยู่ใกล้ชิดกับคนที่สูบบุหรี่ตลอดเวลา

ช. ไม่สูบบุหรี่ หรือเลิกบุหรี่มาแล้วมากกว่า 10 ปี

5. ท่านมีอาการไอเป็นเลือดบ้างหรือไม่?

ก. มี และไม่เคยมีมีประวัติเป็นวัณโรค

ข. มี แต่เคยเป็นวัณโรค หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรค

ค. ไม่มีการไอเป็นเลือด

6. เวลารับประทานอาหาร ท่านมีปัญหากลืนอาหารลำบากหรือไม่?

ก. เวลากลืนอาหาร รู้สึกติดแน่นอึดอัดบริเวณคอและทรวงอก เป็นประจำ โดยเฉพาะเวลากลืนอาหารแข็ง

ข. กลืนอาหารได้สะดวกดี แต่บางทีก็มีปัญหาหรือมีการปวดร่วมด้วย

ค. ไม่มีปัญหาเวลากลืนอาหาร

7. ท่านมีอาการเบื่ออาหารบ้างหรือไม่?

ก. เบื่ออาหาร อืดอัดแน่นท้องหลังรับประทานอาหาร

ข. ไม่รู้สึกอยากรับประทานอาหารเฉย ๆ

ค. รับประทานยาที่ช่วยให้เบื่ออาหารเพื่อลดความอ้วน

ง. ไม่มีอาการเบื่ออาหารเลย

8. ท่านดื่มสุราบ้างหรือไม่?

ก. ดื่มเป็นประจำ

ข. ดื่มเป็นครั้งคราว

ค. ไม่ดื่มเลย

9. ท่านมีแผลในปากที่เป็นมานานกว่า 4 อาทิตย์หรือไม่?

ก. มี

ข. มีตรงตำแหน่งที่ใส่ฟันปลอม

ค. ไม่มีแผลในปากเลย

10. ท่านใช้ยาสูบประเภทเคี้ยวหรือยัดไว้ในปากหรือไม่?

ก. ใช้

ข. ไม่ใช้

11. ใน 2-3 เดือนที่ผ่านมา ท่านสังเกตว่ามีการเปลี่ยนแปลงในความถี่-ห่าง และลักษณะของอุจจาระบ้างหรือไม่

ก. มีอาการท้องผูกสลับกับท้องเสียผิดปรกติ

ข. อุจจาระมีขนาดเล็กลง

ค. ถ่ายอุจจาระมีเลือดผสมปนอยู่ด้วย

ง. สังเกตว่ามีเลือดออกทางทวารหนัก แต่ไม่ผสมมากับอุจจาระ

จ. ไม่มีความผิดปรกติ

12. ท่านสังเกตว่ามีน้ำหรือของเหลวออกจากหัวนมหรือไม่ (โดยที่ท่านไม่ได้อยู่ระหว่างการตั้งครรภ์ หรืออยู่ในระยะหลังคลอด หรือกำลังเลี้ยงลูกด้วย)

ก. มีเป็นเลือด

ข. มี แต่ไม่ใช่เลือด

ค. ไม่มี

13. ท่านทำการตรวจเต้านมด้วยตนเองหรือไม่?

ก. ทำอยู่เป็นประจำ

ข. ทำอยู่บ้างนาน ๆ ครั้ง

ค. ไม่เคยตรวจดูเลย

14. ท่านมีก้อนคลำได้ในเต้านมบ้างหรือไม่?

ก. มี และเคยผ่าตัดออกไปแล้วและไม่ใช่มะเร็ง

ข. มีก้อนอยู่ แต่ไม่เคยหรือไม่กล้าไปปรึกษาแพทย์

ค. ไม่มี

15. ท่านสังเกตว่าการถ่ายปัสสาวะมีปัญหาหรือไม่?

ก. ปัสสาวะเป็นเลือด

ข. ปัสสาวะลำบาก

ค. ไม่มีปัญหา

16. ท่านมีก้อนคลำได้ที่ลูกอัณฑะหรือไม่?

ก. มี แต่ไม่มีอาการปวด

ข. มีก้อนกดเจ็บหรือมีอาการปวดร่วมด้วย

ค. ไม่เคยสนใจตรวจดูเลย

ง. ไม่มีก้อนแน่นอน

17. ท่านมีเลือดออกจากช่องคลอดผิดปกติที่ไม่ใช่ระดูหรือไม่?

ก. มี และท่านอยู่ในวัยหมดระดูแล้ว

ข. มีเลือดออกผิดปรกติ เวลาหลังจากร่วมเพศเสร็จ

ค. มีเลือดออก เนื่องจากความผิดปกติของระดู

ง. ไม่มีเลือดออกผิดปรกติ

18. ท่านทำการตรวจเซลล์ปากมดลูก (Papsmear) กับสูติ-นรีแพทย์บ้างหรือไม่?

ก. ตรวจอยู่เป็นประจำสม่ำเสมอทุก 1-2 ปี

ข. ตรวจบ้างบางครั้ง

ค. ไม่เคยตรวจเลย

19. ท่านมีแผลแตกตามตัวที่ใดที่ไม่ได้เกิดจากการบาดเจ็บที่รักษาไม่หายมานานกว่า 2 สัปดาห์หรือไม่?

ก. มี และรักษาไม่หายมานานกว่า 3 เดือนแล้ว

ข. มี แต่เป็นมาน้อยกว่า 3 เดือน

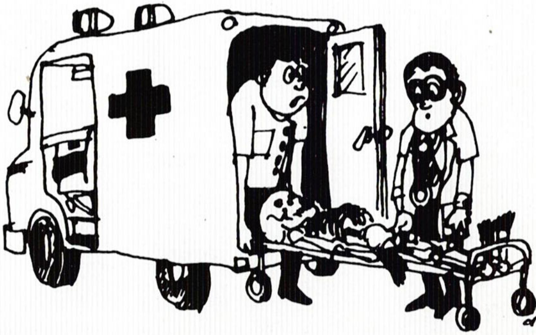
ค. ไม่มี

20. ท่านเคยป่วยเป็นโรคตับอักเสบเนื่องจากไวรัสหรือไม่?

ก. เคยเป็นแล้วเป็นอีก

ข. เคยมีอาการตัวเหลือง ตาเหลือง แต่รักษาหายขาดเรียบร้อย

ค. ไม่เคยเป็นเลย



มะเร็งป้องกันได้ รักษาให้หายได้
อย่ามัวรอช้า จะสายเกินการณ์
ท้ายสุดนี้ขออวยพรให้ทุกท่านพ้นภัยมะเร็ง

●

บันทึก

